



# Una conversazione importante riguardo vita e morte durante l'epidemia COVID-19

*Considerazioni come parlarne ai bambini alla luce  
del loro sviluppo emotivo*

**Carla Luciano Codani Hisatugo**

Una conversazione importante riguardo vita e morte durante l'epidemia COVID-19:

Come parlarne ai bambini alla luce del loro sviluppo emotivo.

Carla Luciano Codani Hisatugo

Hisatugo, Carla Luciano Codani

Una conversazione importante riguardo vita e morte durante l'epidemia COVID-19: Considerazioni come parlarne ai bambini alla luce del loro sviluppo emotivo / Carla Luciano Codani Hisatugo. (2020).

Prima edizione

Bibliografia.

ISBN: 978-1-7348885-5-3

1. Lo sviluppo emotivo dei bambini 2. Morte e vita 3. COVID-19

Montaggio, Testo e Illustrazione: Carla Luciano Codani Hisatugo

Recensione tecnica per la versione italiana: Elisa Delvecchio & Giulia Gizzi

Copyright: Copyright © CARLA LUCIANO CODANI HISATUGO (2020)

Un ringraziamento speciale a Eduardo Hisatugo e Julio Hisatugo per la loro collaborazione e il loro sostegno. Grazie per il sostegno di Luciano Giromini, di amici, colleghi e familiari.

## *Indice*

Per gli adulti: aspetti principali da considerare quando si parla ai bambini di vita e di morte durante l'epidemia COVID-19 3

Per i bambini: lo spazio del bambino (attività) 8





## Per gli adulti: aspetti principali da considerare quando si parla ai bambini di vita e di morte durante l'epidemia COVID-19

*La morte di una persona cara può comportare un grande dolore!*

**Durante questa pandemia, purtroppo stiamo avendo a che fare con la morte di persone vicine e lontane e con la necessità di affrontare tale perdita e di adattarsi ad essa.** Così, i bambini stanno probabilmente sentendo parlare molto di più di lutti, malattie e restrizioni. Nei momenti di criticità e incertezza, spetta agli adulti cercare di aiutare i bambini fornendo sicurezza fisica ed emotiva. **Anche in queste situazioni difficili, è essenziale che i bambini possano essere in grado di giocare ed esprimere i loro sentimenti. Il bambino crescerà mantenendo grandi speranze per il suo futuro e rimanendo fiducioso nel vivere il tempo presente.**



*Durante i momenti di lutto e di perdita, parlare ai bambini della vita e della morte richiede molta dedizione e cura.*

**Non è necessario allarmare i bambini, ma è importante informarli rispetto alle questioni sanitarie di base e ascoltare le loro preoccupazioni.** Se ci sono stati lutti, è necessario ricordare che i bambini percepiscono e reagiscono al dolore, comprendendo gradualmente la morte e le sue conseguenze. Omettendo la morte di qualcuno o non parlando correttamente del lutto, l'adulto può danneggiare sia lo sviluppo del bambino sia il suo necessario processo di elaborazione dello stesso. L'adulto deve scegliere il momento migliore per spiegare la morte di una persona cara, tenendo in mente l'età e la fase di sviluppo di ciascun bambino, considerando sia i suoi propri sentimenti che quelli del piccolo. **È anche importante considerare e parlare degli effetti dell'assenza di una persona cara nella vita quotidiana del bambino.**



*L'arrivo del COVID-19 ha generato un cambiamento significativo nel nostro comportamento e nelle nostre abitudini.*

**Cercando il lato positivo, questa situazione ci ha permesso di riscoprire l'importanza di prenderci cura di noi stessi per garantirci una vita sana.** Quando si parla di vita sana, le persone solitamente considerano gli aspetti fisici, emotivi e spirituali. Tuttavia, è fondamentale avere a disposizione informazioni affidabili e sempre aggiornate. **Quando si affrontano questi argomenti con i bambini, è necessario parlare nel modo più naturale possibile. Le paure dei bambini devono essere sempre ascoltate, mai trascurate o ridicolizzate.**



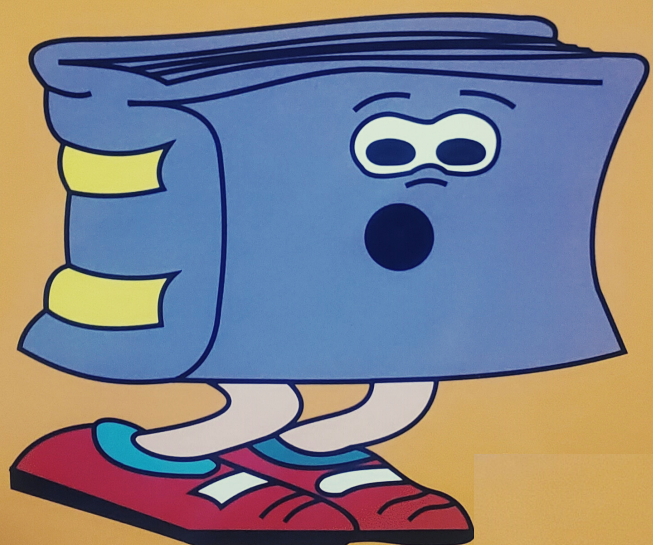


*Infine, quando si affrontano momenti difficili, tutti noi tendiamo a ricordare altre perdite, vissute in passato, e per questo potremmo sentire la necessità di affrontare di nuovo il processo di elaborazione del lutto.*

**Non preoccupiamoci!** Può essere più difficile affrontare le criticità nel presente quando non abbiamo ancora del tutto elaborato le perdite del nostro passato.

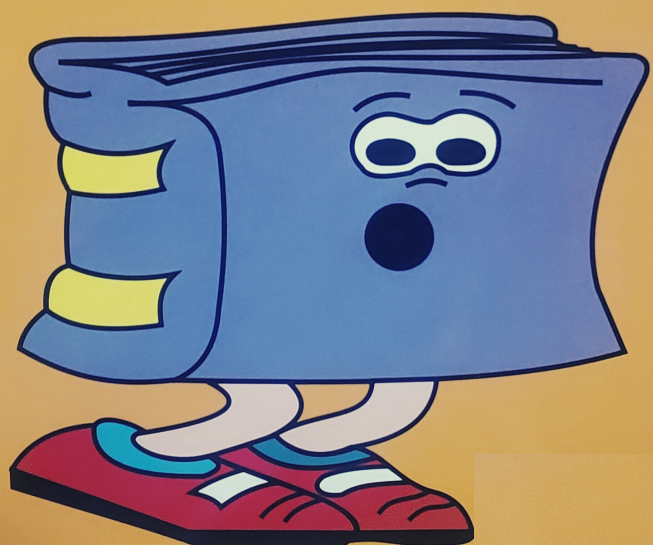
Possiamo sempre cercare un aiuto professionale (uno psicologo può aiutarci ad affrontare queste difficoltà) ed è importante rispettare ogni fase della nostra vita.

**Quando i sentimenti sono condivisi tra le persone, come ad esempio tristezza, confusione e rabbia, potranno più facilmente essere convertiti in amore e cura, gratitudine e pace.**



**Le pagine successive sono riservate alle attività per i bambini.**

Gli adulti possono leggere le attività e affrontare insieme al bambino i temi di ogni pagina. Oppure i bambini possono leggere da soli, in presenza dell'adulto. Introdurre e parlare di questi argomenti con i bambini può essere fatto attraverso l'uso di quello che è definito lo "spazio del bambino", contenente attività e proposte pratiche. La discussione può avvenire anche al termine delle attività. Controllate tutto ciò che hanno fatto e incoraggiateli a parlarne. **Inoltre congratulatevi con loro per il lavoro che hanno svolto. Non giudicate o correggete il loro lavoro, accettatelo così com'è.** I bambini possono essere disposti a parlare di una perdita recente o di una avvenuta in passato. Abbracciateli e accettate tutte le loro forme di comunicazione.



*Rispettate in modo accogliente e gentile la volontà dei bambini, il loro ritmo e il tempo necessario per affrontare questa conversazione.*

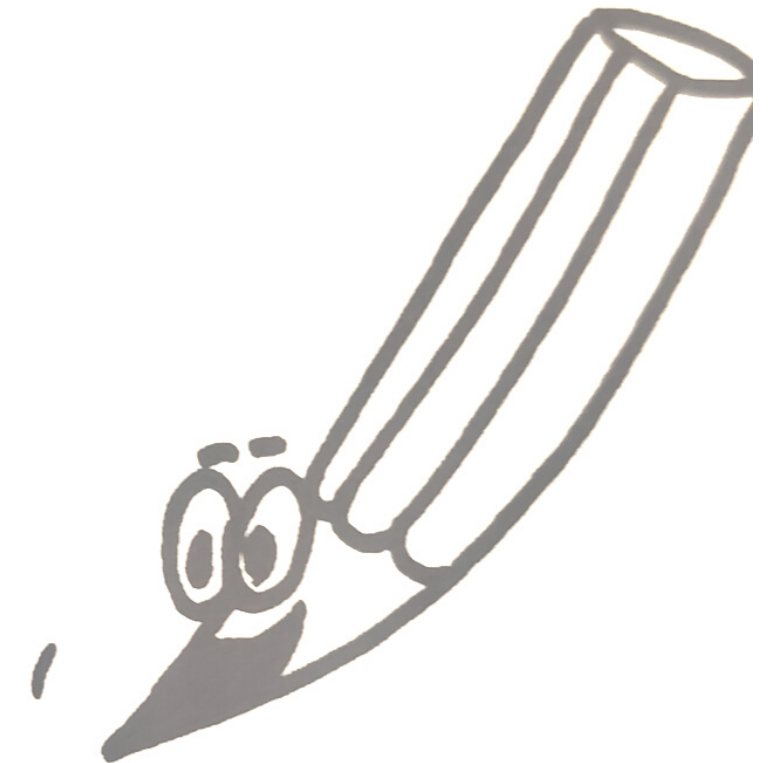
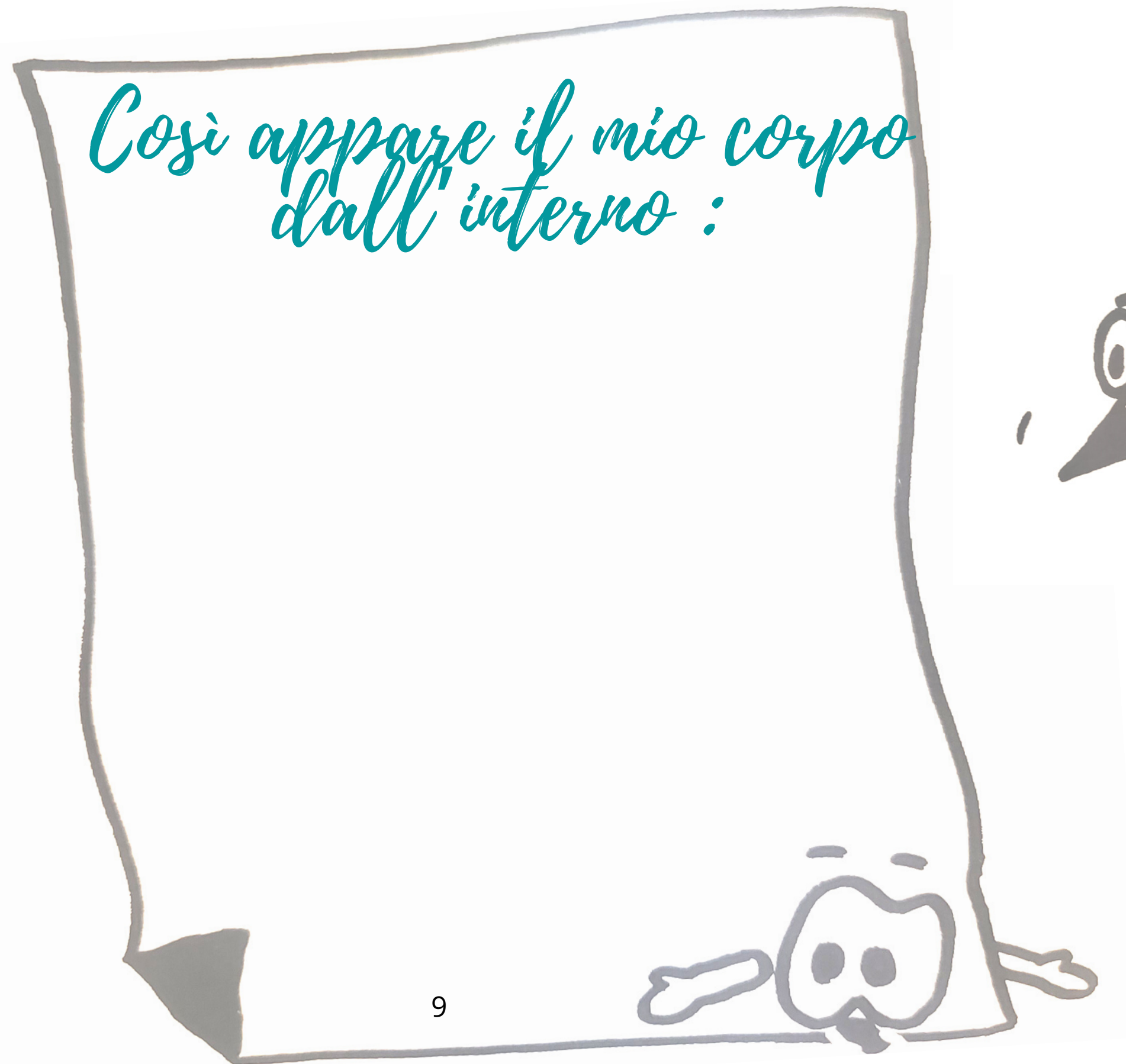


## **Parlare con il bambino: lo spazio del bambino (attività)**

**Hai mai parlato con qualcuno della vita e della morte?  
Se hai risposto sì: com'è andata questa conversazione?  
Se hai risposto no: come ti piacerebbe avere questa  
conversazione?**



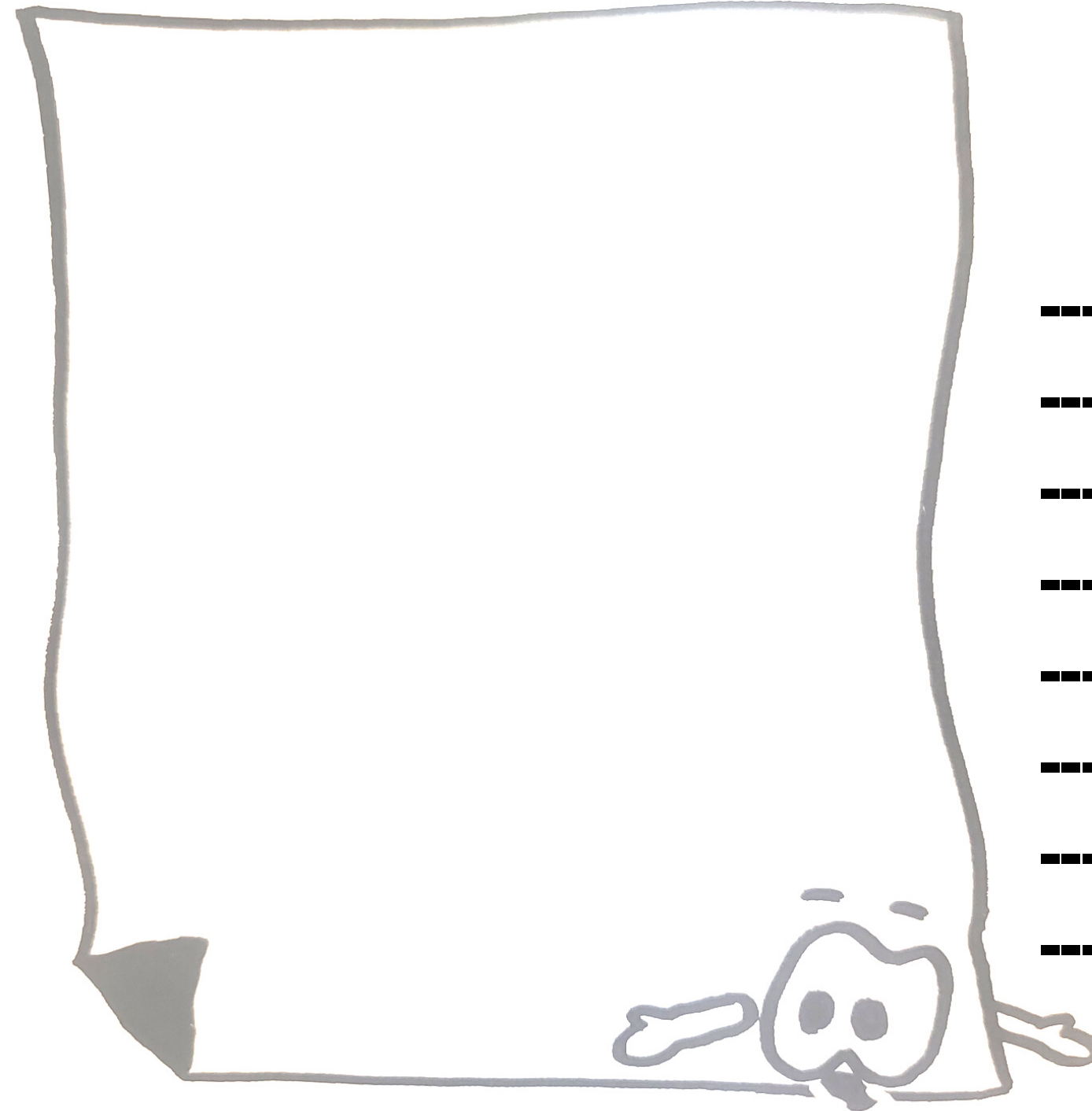
**Pronti...via! Ecco  
un'altra domanda.  
Come pensi che sia  
all'interno il tuo  
corpo?  
Fai un disegno per  
spiegarlo:**



*Mi prendo cura di me stesso così:*



**Prendendoci cura  
della nostra salute  
permettiamo al  
nostro corpo di  
funzionare bene.  
Come ti prendi cura  
della tua salute?  
Disegna o descrivi  
ciò che fai:**



---

---

---

---

---

---

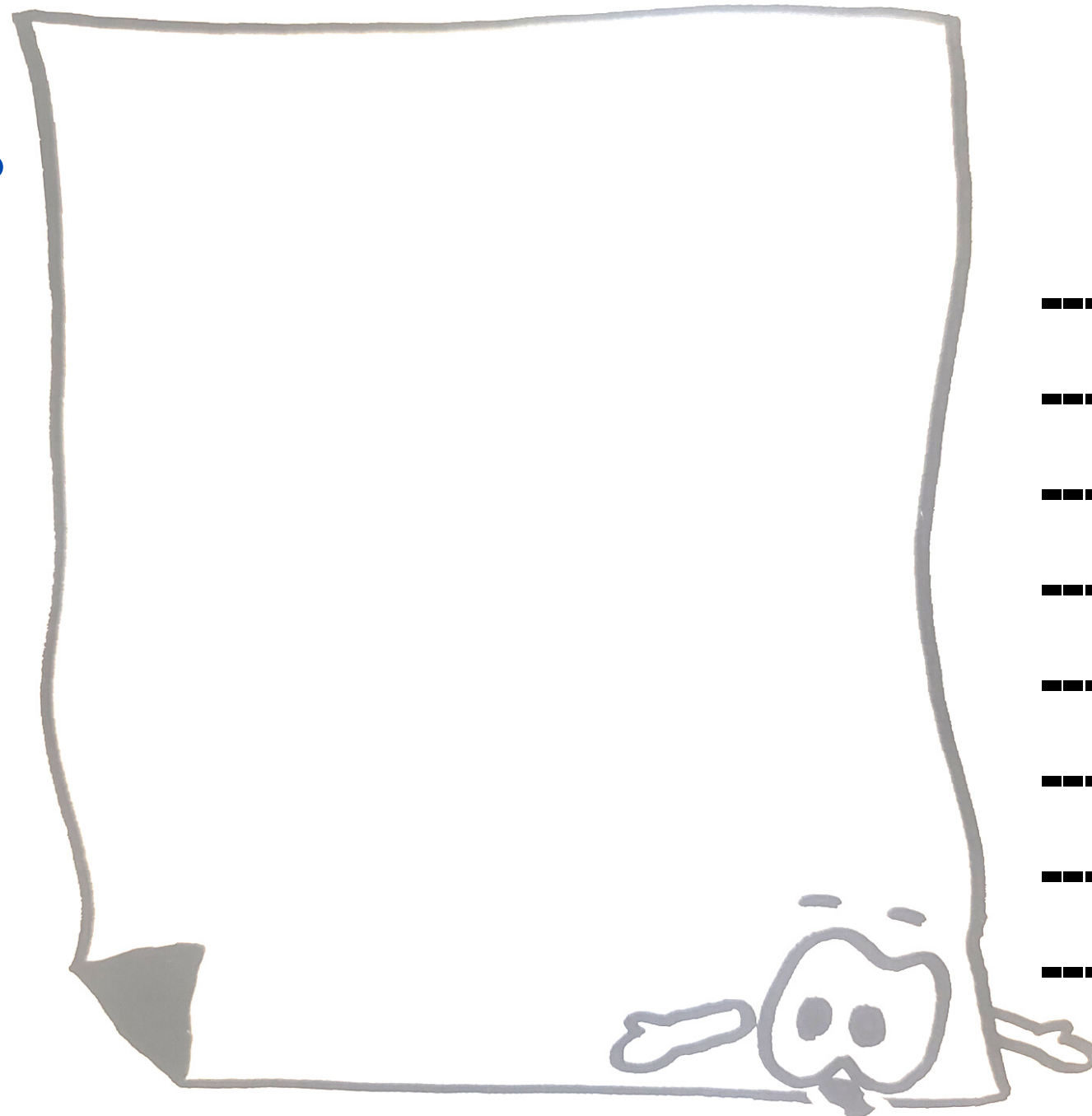
---

---



# *Le mie passioni!*

**Se una persona è viva,  
questa persona può:  
annusare, sentire,  
parlare, giocare e fare  
così tante cose! Quali  
sono le cose che ami  
fare di più? Disegnale  
o descrivile:**



-----

-----

-----

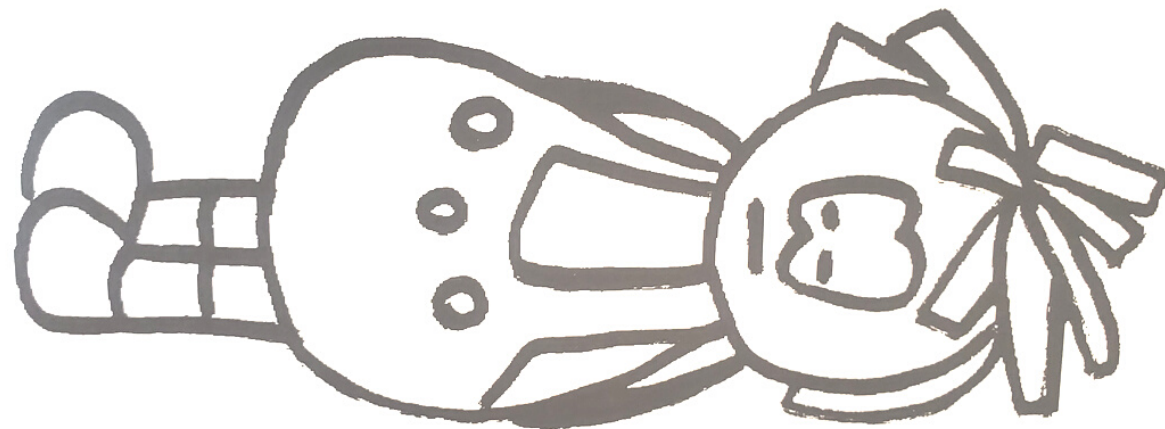
-----

-----

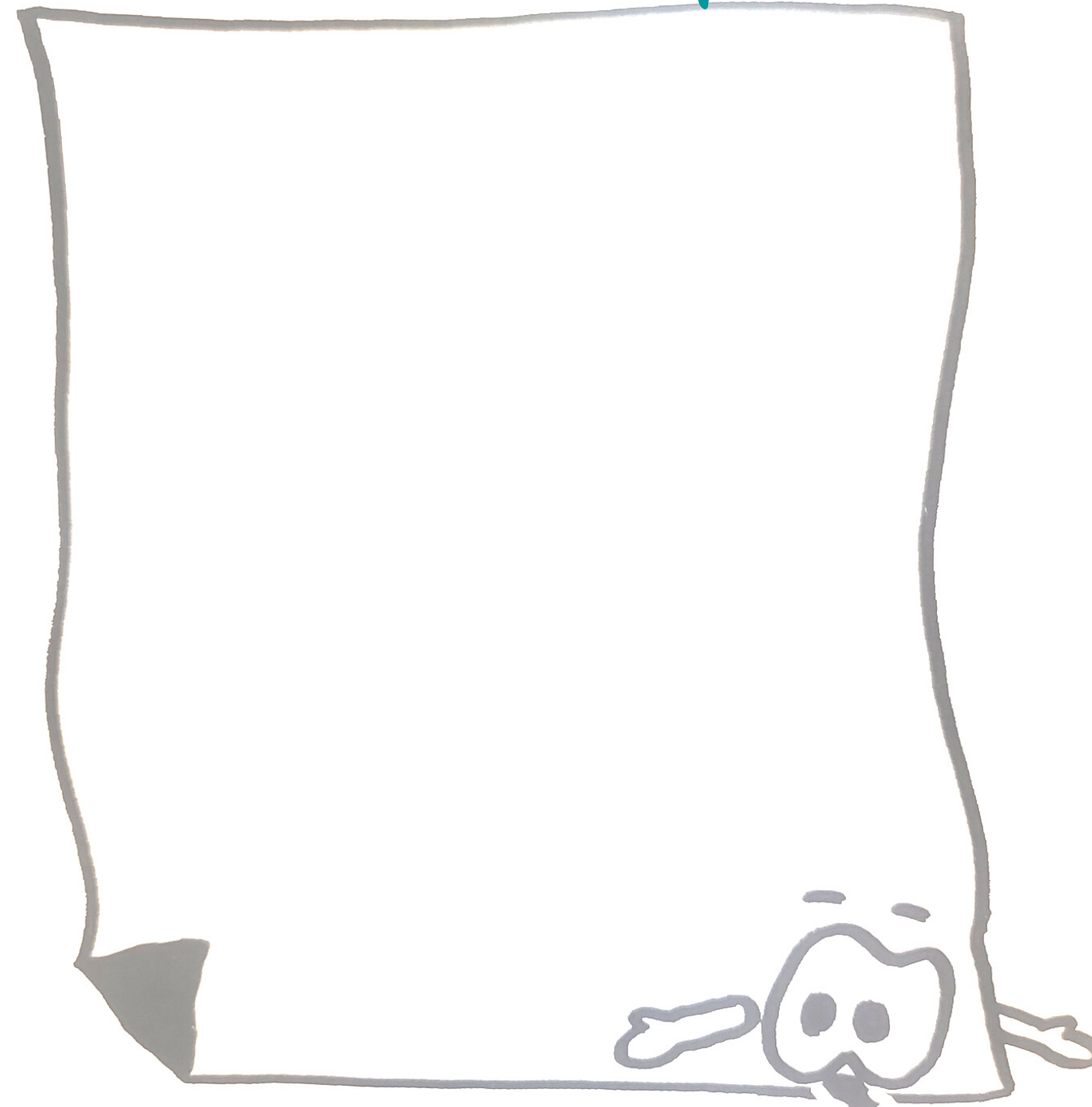
-----

-----

**Quando una persona muore,  
succede il contrario. Dopo la  
morte, la persona non può  
sentire nulla. Non può sentire  
alcun odore o sentire alcun  
suono. Quella persona non può  
vedere o sentire alcun dolore.  
Conosci qualcuno che è morto?  
Ti va di disegnare questa  
persona:**



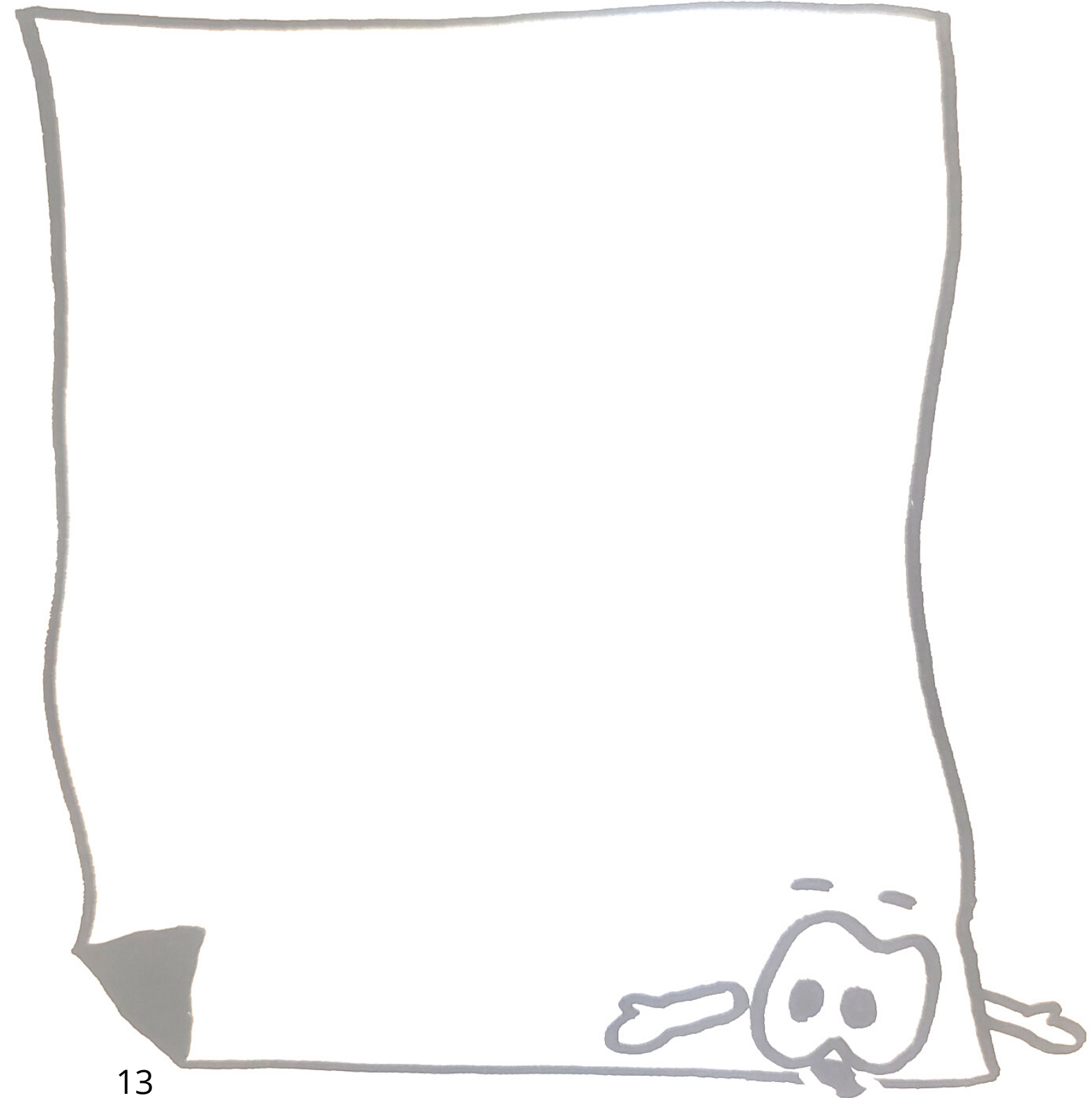
*Mi manca questa persona.*



*Quante cose vorrei fare!*

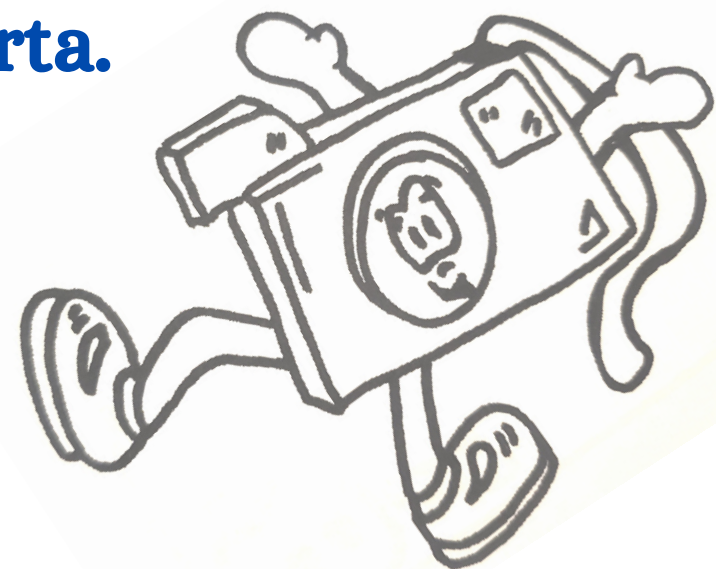
**Quando qualcuno muore, possiamo sperimentare la tristezza e anche molti altri sentimenti. A volte possiamo anche sentirci molto confusi. Potrebbe mancarci molto quella persona e sentire di voler piangere. A volte potremmo sentirci anche arrabbiati.**

**Ti manca qualcuno in questo momento? C'è qualcosa che vorresti fare con quella persona in questo momento? Ti va di disegnare cosa vorresti fare con questa persona:**

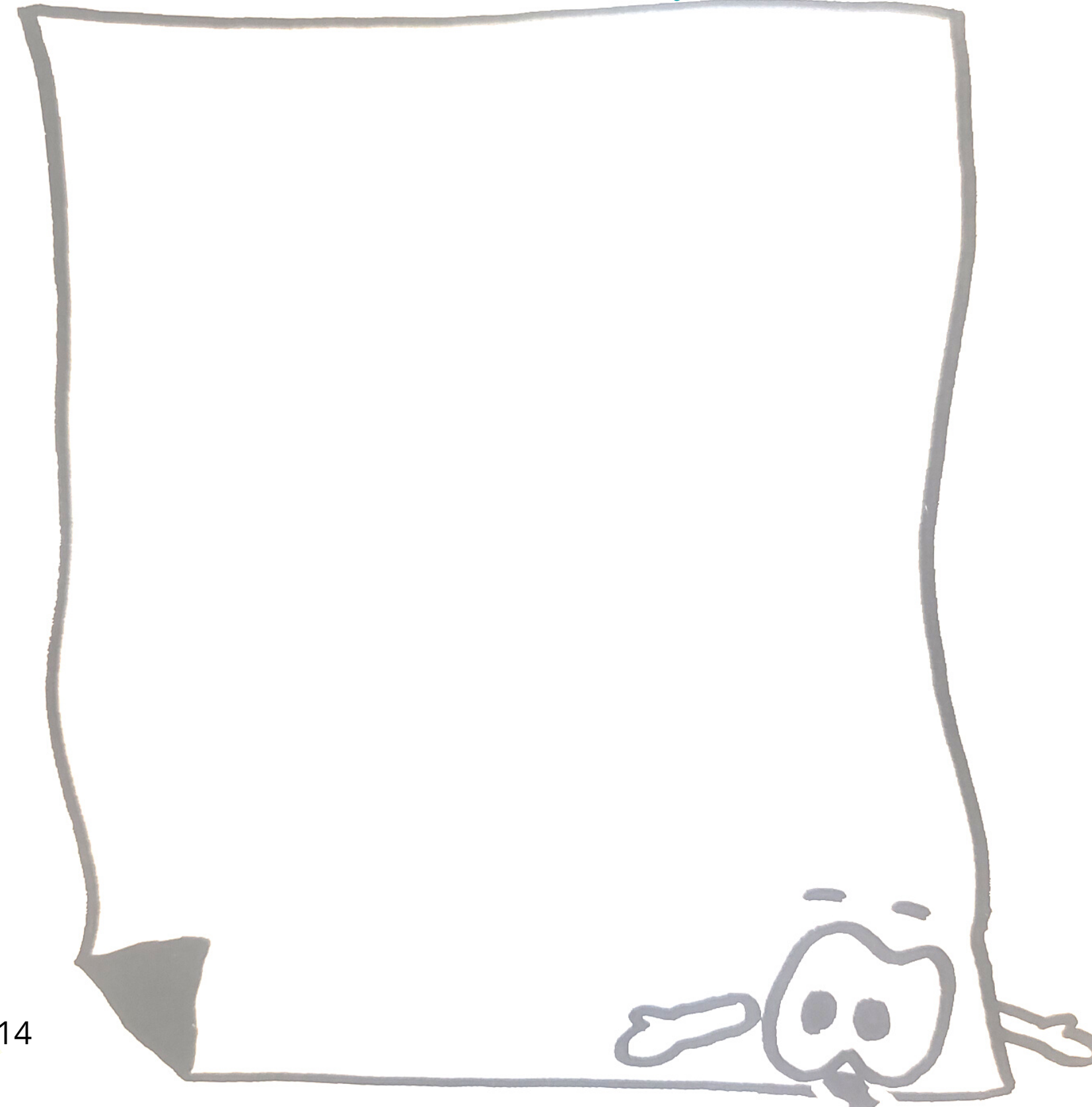




A volte è molto frustrante non poter fare quello che vogliamo. È triste non avere quella persona a cui abbiamo voluto tanto bene intorno a noi. È anche triste non avere qui alcune persone che ci piacerebbe avere intorno in questo momento. Ma tutti abbiamo qualcosa di molto importante che ci aiuterà: la nostra memoria. La nostra memoria è una parte dei nostri pensieri che ci aiuta a ricordare molte cose che sono già accadute, incluse quelle vissute con qualcuno che è morto. Puoi disegnare o incollare alcune foto o cose utili per conservare i tuoi ricordi della persona che è morta.



*I miei ricordi:*



**Possiamo anche immaginare e persino sognare qualcuno che è morto. Hai mai sognato una persona che è morta? Com'è stato? Se non l'hai fatto, come immagini che sarebbe stato quel sogno?**

**Hai mai sognato una persona che è morta? Se è così, com'era il tuo sogno? Se no, cosa ti piacerebbe sognare?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**Quando una persona cara muore, potrebbe volerci un po' di tempo per sentirci di nuovo bene. Con il passare del tempo, impareremo lentamente ad adattarci a questa nuova situazione, a questa mancanza, usando i nostri ricordi, i nostri sogni e la nostra immaginazione. Continuando a prenderci cura di noi stessi e delle persone che sono ancora con noi, saremo in grado di vivere la nostra vita felicemente e di apprezzare il futuro che ci aspetta!**



~~**La fine.**~~

*Un nuovo inizio.*

*Il mio futuro:*







**Informazioni sull'autore:**

**Carla Luciano Codani Hisatugo è laureata in PUCSP, ha un master in Psicologia Clinica presso PUCRS. I suoi principali interessi di ricerca comprendono: la Valutazione Psicologica, la Salute Mentale e la Personalità, lo Sviluppo del bambino e le Situazioni di rischio infantile. Ha conseguito un PhD in Psicologia Medica presso l'UNIFESP e un post-dottorato in Psicologia, Personalità e Apprendimento presso l'USP.**

**Per ulteriori informazioni sul coronavirus:  
<http://www.salute.gov.it/portale/home.html>  
<http://www.iss.it/>**

